

# ការពិតអំពីអាហារមូលដ្ឋាន



## តើខ្ញុំមានការងារធ្វើ ហើយនៅតែអាចទទួលបានអាហារមូលដ្ឋានដែរឬទេ?

បាទ/ចាស ។ ផ្ទះរបស់អ្នកអាចមានប្រាក់ចំណូលដល់ 200% នៃគោលការណ៍ភាពក្រីក្រសហព័ន្ធ និងមានសិទ្ធិទទួលបានអាហារមូលដ្ឋាន ។ ការកម្រិតទ្រព្យសម្បត្តិក៏មិនអនុវត្តលើផ្ទះដែលមានប្រាក់ចំណូលច្រើន ខ្ពស់ប្រក្រាបការកម្រិតនេះដែរ ។

ទំហំគ្រួសារ	ការកម្រិតប្រាក់ចំណូលច្រើនខែ
1	\$1,962
2	\$2,655
3	\$3,349
4	\$4,042
5	\$4,735

## តើខ្ញុំត្រូវមានកូនដើម្បីមានសិទ្ធិទទួលបានមែនទេ?

ទេ ។ ផ្ទះទំហំណាក៏ដោយ ក៏អាចមានសិទ្ធិទទួលបានអាហារមូលដ្ឋានដែរ ។

## ចុះអ្នកផ្សេងដែលត្រូវការវាជាខ្ញុំ?

មិនមានការកម្រិតចំនួនមនុស្សដែលមានសិទ្ធិទទួលបានអាហារមូលដ្ឋានទេ ។ ការទទួលបានអាហារមូលដ្ឋានសម្រាប់អ្នក ឬគ្រួសារអ្នកនិងមិនមែនជាប់ដល់សមត្ថភាពរបស់អ្នកដទៃក្នុងការទទួលបានផលប្រយោជន៍ទាំងនេះទេ ។

## តើខ្ញុំត្រូវតែជាពលរដ្ឋអាមេរិកឬទេ?

ទេ ។ ប៉ុន្តែ កម្មវិធីជំនួយសារធាតុចិញ្ចឹមបន្ថែមសហព័ន្ធ (SNAP) ត្រូវបានកម្រិតដល់ពលរដ្ឋអាមេរិក និង ជនអន្តោប្រវេសន៍ដែលចំពោះវិធីនៃកម្មវិធីដាក់លាក់ ។

ការទទួលបានផលប្រយោជន៍អាហារមូលដ្ឋាននិងមិនមែនជាប់ដល់ឋានៈ អន្តោប្រវេសន៍របស់នរណាម្នាក់ជាមួយនិងសេវាកម្ម ភាពជាពលរដ្ឋអាមេរិក និងជនអន្តោប្រវេសន៍ទេ ។

ជនអន្តោប្រវេសន៍ដែលមិនមានឯកសារ និងជនមិនមែនជាពលរដ្ឋដែលជាអ្នកទេសចរ ឬជនមិនមែនអន្តោប្រវេសន៍ ផ្សេងទៀតមិនអាចទទួលបានអាហារមូលដ្ឋានទេ ។

## តើខ្ញុំមានផ្ទះ និងឡាន ហើយនៅតែមានសិទ្ធិទទួលបានដែរឬទេ?

បាទ/ចាស ។ បើអ្នកមានប្រាក់ចំណូលដែលមានសិទ្ធិទទួលបានធនធានផ្សេងទៀត ដូចជាថយឡូ គណនីចូលនិវត្តន៍ ផ្ទះរបស់អ្នក និងទ្រព្យសម្បត្តិផ្សេងទៀតមិនត្រូវបានពិចារណាទេ ។

## តើឯកសារអ្វីខ្លះដែលខ្ញុំត្រូវការផ្តល់ជូន?

ពេលអ្នកដាក់ពាក្យសុំផលប្រយោជន៍ អ្នកអាចបញ្ជូនពាក្យសុំរបស់អ្នក ដោយផ្ទាល់នៅការិយាល័យសេវាកម្មសហគមន៍ (CSO) DSHS ក្នុងតំបន់ តាមសំបុត្រ ឬលើបណ្តាញនៅ [www.washingtonconnection.org](http://www.washingtonconnection.org) ។

អ្នកក៏នឹងត្រូវការផ្តល់ឲ្យភ្នាក់យើងនូវលេខសន្តិសុខសងមរបស់អ្នក ភស្តុតាងនៃអត្តសញ្ញាណរបស់អ្នក និងភស្តុតាងនៃប្រាក់ចំណូល និងចំណាយរបស់នរណាម្នាក់សម្រាប់ផ្ទះដែលអ្នកកំពុងដាក់ពាក្យសុំ ។ បើចាំបាច់ ភ្នាក់យើងអាចជួយ អ្នកទទួលបានឯកសារដែលតម្រូវឲ្យមាន ។

**អ្នកខ្លះទទួលបានតែ \$16 ក្នុងមួយថ្ងៃ - តើវាមានតម្លៃក្នុងការដាក់ពាក្យសុំទេ?**

អ្នកខ្លះទទួលបានផលប្រយោជន៍ប្រចាំថ្ងៃអប្បបរមាសម្រាប់ផ្ទះដែលមានសមាជិកមួយ ឬពីរនាក់ គឺ \$16 ។ អ្នកដែលទទួលបានបរិមាណអប្បបរមា ជាធម្មតាសន្សំផលប្រយោជន៍ពីរថ្ងៃសម្រាប់ការចំណាយ នៅហាងលក់គ្រឿងធ្វើម្ហូបម្តង ។ អ្នកខ្លះទៀតប្រើផលប្រយោជន៍ដើម្បីបន្ថែមផ្លែឈើ និងបន្លែស្រស់ៗ ដល់ថវិកាអាហាររបស់ពួកគេ ។

មនុស្សភាគច្រើនទទួលបានផលប្រយោជន៍ប្រចាំថ្ងៃខ្ពស់ ។

សម្រាប់ការប៉ាន់ស្មាននៃផលប្រយោជន៍ប្រចាំថ្ងៃដែលអ្នកអាចទទួលបាន សូមទូរស័ព្ទទៅខ្សែអាហារ មូលដ្ឋានរបស់ពួកយើងដោយឥតគិតថ្លៃ តាមលេខ 1-877-501-2233 ឬចូលទៅគេហទំព័ររបស់ ពួកយើង [www.foodhelp.wa.gov](http://www.foodhelp.wa.gov) ។

**តើមានផលប្រយោជន៍បន្ថែមលើការទទួលបានអាហារមូលដ្ឋានទេ?**

ក្រៅពីផលប្រយោជន៍ប្រចាំថ្ងៃដើម្បីទិញម្ហូប ការទទួលបានអាហារមូលដ្ឋាន ៖

- ចុះឈ្មោះកូនដែលត្រូវអោយចូលរៀនដោយស្វ័យប្រវត្តិក្នុងកម្មវិធីអាហារ សាលាឥតគិតថ្លៃ និង
- បង្ហាញថាគ្រួសារអ្នកបំពេញគេស្តីប្រាក់ចំណូលស្ត្រី ទារក និងកុមារ (WIC)

**តើខ្ញុំអាចទទួលបានជំនួយជាមួយការបណ្តុះបណ្តាល ឬការស្វែងរកការងារទេ?**

- បាទ/ចាស! បើអ្នកទទួលបានអាហារមូលដ្ឋាន អ្នកអាចធ្វើការស្នើត្រូវបាន សម្រាប់កម្មវិធីការងារ និងការបណ្តុះបណ្តាលអាហារមូលដ្ឋាន(BFET) ។
- BFET ផ្តល់ការស្វែងរកការងារ ការបណ្តុះបណ្តាលស្វែងរកការងារ សេវាកម្មអប់រំ ការបណ្តុះបណ្តាលជំនាញ និងឱកាសការងារផ្សេងទៀត ដល់អ្នកទទួលបានអាហារមូលដ្ឋាន ។

អង្គការជាច្រើនអាចផ្តល់ជំនួយការធ្វើដំណើរ ការថែទាំក្មេង ឬធនធានផ្សេងទៀតដែលអាច ជួយអ្នកខិតខំឆ្ពោះទៅរកគោលដៅការងាររបស់អ្នក ។ សេវាកម្មត្រូវបានផ្តល់ជូនតាមរយៈសហគមន៍ ឬមហាវិទ្យាល័យបច្ចេកទេស និង/ឬអង្គការដែលនៅក្នុងសហគមន៍ (CBO) និងត្របដណ្តប់ វិស័យការងារ និងមុខងារជាច្រើន ។ សម្រាប់ព័ត៌មានពីសេវាកម្ម BFET ចូលទៅគេហទំព័រ <http://www.basicfooddef.org/> ។

**តើខ្ញុំត្រូវទៅការិយាល័យដើម្បីដាក់ពាក្យសុំទេ?**

ទេ ។ អ្នកអាចដាក់ពាក្យសុំលើបណ្តាញនៅ [www.washingtonconnection.org](http://www.washingtonconnection.org) ឬតាមសំបុត្រ ។ បើកម្មវិធីការងាររបស់អ្នក ការថែទាំក្មេង ឬស្ថានភាពផ្សេងទៀតធ្វើឲ្យមានការលំបាកក្នុងការធ្វើសម្ភាសក្នុងការិយាល័យសម្រាប់ផលប្រយោជន៍ ពួកយើងអាចរៀបចំបទសម្ភាសន៍តាមទូរស័ព្ទ ។

**បើបានយល់ព្រម តើត្រូវការរយៈពេលប៉ុន្មានដើម្បីទទួលបានផលប្រយោជន៍របស់ខ្ញុំ?**

- ជាមធ្យម ពួកយើងយល់ព្រមពាក្យសុំសម្រាប់ផ្ទះដែលមានសិទ្ធិទទួលបាន ក្នុងរយៈពេលប្រហែល 10 ថ្ងៃ ។
- ឆិតពាក់កណ្តាលនៃពាក្យសុំទាំងអស់ត្រូវបានយល់ព្រមក្នុងរយៈពេលតិចជាងប្រាំមួយថ្ងៃ ។
- ពេលពួកយើងយល់ព្រមពាក្យសុំសម្រាប់អាហារមូលដ្ឋាន ផលប្រយោជន៍គិតតាំងពីកាលបរិច្ឆេទនៃពាក្យសុំ ។

USDA គឺជាអ្នកផ្តល់សេវាកម្ម និងនិយោជកដែលមានឱកាសស្មើគ្នា ។

 Washington State Department of Social & Health Services  
DSHS 22-1302 CA (Rev. 2/15)

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម ៖  
**1-877-501-2233**  
**[www.foodhelp.wa.gov](http://www.foodhelp.wa.gov)**